

ГУРМЭ-ТУР Тохоку Центральный регион Кансай 14 дней



Тур для тех путешественников, которые открыты к новым экспериментам кулинарных вкусов.

Маршрут проходит от севера и практически до самого юга основного острова Японии Хонсю. Для любителей и ценителей вкусных и красивых блюд будет представлены как известные нам японские блюда, так и некоторые изыски, которые не оставят вас равнодушными своим способом приготовления, подачей и внешним видом. Все эти шедевры интересны не только иностранным туристам, но и самим японцам, что стремятся посетить дальние регионы, чтобы насладиться местной кухней, т.к. многие продукты и блюда абсолютно локальны.

Вас ждет широкое исследование японской кухни, участие в мастер-классах и посещение не менее впечатляющих мест и объектов.

День 1. Прибытие в Токио

Встреча в аэропорту. Трансфер в отель (дорога занимает около 1-1,5 часа из Нарита, 30-40 мин из Ханэда). Заселение в отель, ужин.

День 2. Аомори

Встреча с координатором в холле отеля, трансфер на станцию Токио. Переезд на поезде-синкансен Токио-Киото. Переезд комфортабельным поездом-синкасэн в Аомори или перелет.

Яблоневоый край Аомори. Это самая северная префектура на центральном острове Хонсю. Обильные снега, богатые рыбой холодные северные моря, великолепные горные пейзажи и таинственные леса делают Аомори прекрасным местом для путешествий, а ценители тонкого вкуса смогут насладиться лучшими морепродуктами и прекрасными овощами и фруктами.

Начнётся знакомство с кухней Аомори с **прогулки по рыбному рынку** со специалистом и рассказа о том, что ловят, как и когда лучше есть, побываете **на мастер-класс по приготовлению суши**, и, конечно, обязательно попробуете всё самое лучшее.

Холодный климат подходил для разведения фруктовых садов и особенно яблоневых. Аомори производит почти 60% всех яблок в Японии, а яблоневоый цвет – официальный цветок префектуры.

Вместе со специалистом вы прогуляетесь по яблоневым садам, узнаете, какие сорта они выращивают, какие наиболее популярны у местных жителей, а завершится прогулка посещение **фабрики по производству яблочного сидра**. Переезд в район горячих источников, размещение в отеле, ужин в традиционном стиле.

Сезонные опции:

- картины на рисовых полях: в Аомори выращивают рис разных сортов разного таким образом, чтобы на полях образовывались полноценные картины;
- летом в Аомори проходит знаменитый фестиваль гигантских светящихся фигур Нэбута;

Опции для ценителей:

- ночь в Аомори и посещение утреннего рынка (с 7 до 9 утра) с экспертом. Самый крупный и знаменитый рынок работает по воскресеньям (более 300 магазинов, тысячи посетителей, многие – шеф-повара местных ресторанов, приходящие за лучшими продуктами);
- посещение луковой фермы с местным уникальным сортом лука – Нанбу-футонэги: вы узнаете секреты производства, а также различные блюда, которые из него создают.

День 3. Северные земли Иватэ от древности до наших дней

История префектуры Иватэ уходит в глубокую древность, историю которой могут рассказать старинные храмы и монастыри IX-XII веков. Нетронутая природа, мировое наследие UNESCO, бережно сохраненные местными мастерами ремёсла.

Иватэ славится не только своим мясом, морепродуктами и фруктами – что можно найти и в соседних префектурах, но сразу несколькими видами **лапши**, все с необычными названиями: ванко-соба, Мориока-рэймэн, дзядзамэн. Вас ждёт один вариант на выбор. Мастера расскажут о секретах изготовления лапши, и вы сможете поучаствовать в **мастер-классе**, который завершится дегустацией.

Затем вы посетите **музей сакэ** и побываете в **крафтовой пивоварне**, где узнаете как о традиционных японских напитках, так и о современных новинках.

Переезд дальше на юг, в префектуру Мияги, размещение в отеле и отдых.

Сезонные опции: танцевальный фестиваль, сохраняющий более чем тысячелетние традиции и создающий новые современное искусство.

День 4. Кулинария Мияги, вдохновлённая красотой природы

В Мияги расположен один из трёх самых красивых пейзажей Японии – **залив Мацусима**. Но не только живописностью своей славится побережье Мацусима, но и **устрицами**. Их можно, конечно же, есть и сырыми, но есть и немало вариантов блюд, приготовленных из устриц.

После прогулки по побережью и **мастер-класса с шеф-поваром** переезд в столицу префектуры – город **Сэндай**, богатый своими кулинарными традициями, среди которых особо выделяются блюда из говяжьего языка. Первый его начал подавать местный ресторан в 1948 году. Его шеф-повар, попробовав его во французском ресторане, решил найти идеальное сочетание говяжьего языка с



традиционной японской кухней, в чём он преуспел. Ресторан уже более полувека принимает гостей, но теперь уже под руководством старшего сына мастера.

Переезд в префектуру Ямагата, размещение в отеле, отдых. *Опционально – можно остаться в Мияги и выехать уже на следующий день.*

Сезонные опции:

В период цветения сакуры (ориентировочно – середина апреля) можно организовать церемония обеда под цветущей сакурой в сопровождении самураев и с вручением памятных палочек для еды.

Опции для ценителей:

Мастер-класс по изготовлению традиционных сладостей с использованием бобовой пасты дзунда, специалитетом префектуры Мияги. Вечером в Сэндае возможен бар-хоппинг с посещением местных баров и знакомством с местной богатой барной культурой, которой славится город Сэндай.



День 5. Мистические земли Ямагата на краю земли

Расположенная на севере, далеко от японской столичной жизни, префектура Ямагата стала точкой притяжения отшельников и паломников. Здесь находится **одно из самых значимых мест силы**, это место практик монахов-воинов ямабуси, сюда приходили монахи в поисках просвещения методом длительной медитации в горах, ставшие живыми мумиями, что сейчас оберегаются храмами.

В этот день приглашаем вас в **Цуруока** – единственный город в Японии, получивший в UNESCO статус творческого **гастрономического города и три звезды Мишлена**. Город специализируется на культивировании более 50 видов традиционных овощей, сочетающихся как с мясом, так и с морепродуктами.

Переезд в город **Ёнэдзава**, расположенный в горной долине. Просторные поля позволили заняться разведением коров, и местные жители настолько преуспели в этом, что производимая здесь японская говядина *вагю* входит в тройку лучшей говядины в Японии. Великолепный вкус Ёнэдзава-вагю обусловлен также и особенностями климата: очень жаркое лето и холодные зимы, перепады температур в течение дня – это всё способствует тому, чтобы мясо было особо нежное. Вы познакомитесь с историей появления вагю, а также узнаете об особенностях производства и приготовления. Переезд в отель, размещение.

Сезонные опции:

В период урожая в июне-июле возможно посещение вишнёвого сада: в Ямагата производится более 70% всей японской вишни и она отличается величиной и великолепным вкусом. Также летом возможно посещение грушевых садов, осенью - персиковых.

Опции для ценителей:

Знакомство с кухней горных монахов ямабуси, прогулка по горам в сопровождении монаха, практики монахов ямабуси, мастер-класс по боевым искусствам монахов ямабуси

Прогулка по улочкам курортного городка Гиндзан-онсэн с посещением локальных ресторанчиков с местными специалитетами.

День 6. Рисовый край, плодородные земли Ниигата

Префектура Ниигата – это как маленькая Греция, где есть почти всё от традиционных ремёсел и гейш до одного из самых масштабных арт-фестивалей современного искусства. Здесь жил «японский Микеланджело», расписавший два горных храма, здесь впервые были выведены цветные карпы, которые сейчас можно увидеть в большинстве прудов Японии. Крупнейшая японская золотая шахта, конечно же, тоже в Ниигате. И, конечно же, здесь есть и горячие источники, и свои кулинарные традиции.

Ниигата славится своим рисом, а благодаря обильными снегам и полноводным рекам чистой водой. А вода и рис – это два основных ингредиента для создания сакэ. Неудивительно, что количество сакэварен стоит на первом месте в Японии, и это, безусловно, лучшее место для знакомства с сакэ. Вы посетите **сакэварню с дегустацией**, а затем познакомитесь с самыми популярными закусками и несколькими десятками видов солей, которые также являются закуской для подчёркивая вкуса сакэ.

В завершении экскурсии вас ждёт **мастер-класс по приготовлению различных блюд из цветков хризантем** – ещё одного местного специалитета. Переезд в отель, размещение, отдых.

Сезонные опции:

Мартовский фестиваль-ярмарка, где можно попробовать несколько сотен видов сакэ, научиться разбираться в их нюансах и оттенка, а также найти лучшее сакэ, для себя.

Опции для ценителей:

- посещение мастерских, где изготавливают уникальную посуду и кулинарные ножи – мастера района Сандзё славятся своими творениями;
- прогулка по рыбному рынку Тэрадомари, где вы найдёте множество блюд из рыбы и морепродуктов;
- посещение завода по производству одной из самых популярных современных закусок в Японии – *какинотанэ*, появившейся в Ниигате более 100 лет назад;
- мастер-класс по традиционным рисовым сладостям, обёрнутым в лист бамбука.

День 7 . Во глубине японских гор Нагано

Префектура Нагано – одна из немногих префектур Японии, не имеющих выхода к морю. За пределами Японии она известна своими обезьянами, греющимися в горных горячих источниках, а сами японцы приезжают посетить один из старейших храмов страны, прогуляться по улочками живописной деревни, где жил несколько лет художник Хокусай, попробовать местное сакэ и понежиться в горячих источниках. Кухня расположенной глубоко в горах префектуры Нагано славится специями, паровыми пирожками *ояки* и... кониной. В период запрета на мясо в горах, где доступ к свежей рыбе был затруднён, существовало понятие *кусури-гуи* – «лекарственная еда». Приглашаем вас познакомиться с этой традицией подробнее, а заодно узнать, что за «мясо пиона», «кленовое мясо», «мясо-сакура».



Затем приглашаем на большую **ферму васоби**: вы узнаете, как он растёт, какая часть растения идёт в пищу (нет, не корень), а также что можно приготовить с васоби (почти всё, включая мороженое).

Логическим продолжением станет **мастер-класс по составлению смесей специй *sitimi*** – создайте букет оттенков вкуса для себя. Переезд в отель, размещение, отдых.

Сезонные опции:

Мастер-класс по изготовлению блюд из весенних горных трав, включающий прогулку по лесу и сбор трав в сопровождении специалиста.

Опции для ценителей:

Мастер-класс по приготовлению паровых пирожков *ояки* в живописной горной деревне в старинном доме по традиционным рецептам.

День 8. Дары моря, дары гор: Хокуруку

В японском языке есть выражение «уми-но сати, яма-но сати» - «дары моря и дары гор», описывающее всё самое вкусное, что можно найти на этих островах. В каждой префектуре дары свои, но мало кто может похвастаться и тем, и другим одновременно. Яркое исключение – район Хокуруку, что протянулся вдоль Японского моря. В этих краях придумали множество различных блюд из морепродуктов, а на плодородных полях и в богатых местных лесах созревает множество вкуснейших овощей и фруктов. Для того, чтобы попробовать всё и увидеть всё, понадобится не одна неделя, ведь здесь есть и один из трёх красивейших парков Японии, и замки, и ремёсла, и старинные города.

Здесь мы приглашаем вас на **мастер-класс по приготовлению тофу** – одного из важнейших ингредиентов многих блюд. По желанию также возможен и мастер-класс по приготовлению блюд из тофу. А затем вы узнаете о тонкостях приготовления масу-но-суши – прародителя современных суши. В те давние времена, когда холодильников не было, а богатый улов нужно было как-то хранить, японцы придумали консервировать рыбу, поместив её меж слоёв сдобренного уксусом риса. Что из этого получилось, а также о других интересных историях вы узнаете, побывав в **музее масу-но-суши**, а затем и на **мастер-классе с дегустацией**. Переезд в отель, размещение, отдых.

Сезонные опции:

В апреле возможен сбор молодого бамбука и мастер-класс по приготовлению блюд из них, в том числе – в полевых походных условиях прямо в горах;

С конца марта и до середины апреля можно наблюдать лов кальмара-светлячка, что светятся в ночи удивительным синим цветом.

Опции для ценителей:

Мастер-класс по приготовлению блюд и закусок из ламинарии;
Посещение деревни, где создают уникальную морскую соль, единственная в Японии сохранившая традиционные методы на протяжении нескольких столетий и до наших дней.

День 9. Меж двух морей, вдали от всех: Гифу

Побережье Японского моря и Тихого океана разделяет горных хребет высотой до 3000 метров. В сердце него расположена префектура Гифу, отделенная горами от всех своих соседей, что способствовало формированию уникальной культуры. Старинные деревни, горные ущелья, целебные горячие источники, традиционные ремёсла, сохранившийся со средних веков тракт – одна

из Пяти главных дорог Японии, деревня – наследие UNESCO и, конечно же, радушные хозяева, что всегда рады гостям. Здесь вы словно погружаетесь в особый мир, где время остановилось.

Один из местных специалитов – блюдо из курицы **кэйтян**, что готовится с использованием бобовой пасты мисо. Будучи отличным консервантом, прекрасной приправой и крайне богатая всем, что только может быть нужным в рационе. Говорят, что мисо – это один из секретов японского долгожительства. Существует несколько видов пасты мисо, и в ходе экскурсии вы узнаете, чем они отличаются, какая из них для чего более пригодна, а также научитесь готовить еду с пастой мисо на листе хоба – местной разновидности магнолий. Переезд в отель, размещение, отдых.

Сезонные опции:

С мая по октябрь можно наблюдать за ловлей речной рыбы с помощью бакланов с борта лодки, плывущей параллельно лодке рыбаков. С октября по январь – посещение фруктовых садов киви.

Опции для ценителей:

Утренний рынок в Такаяма, где представлены свежие овощи и местные специалитеты; Мастер-класс по созданию рисовой сладости данго.

День 10. Овеянная легендами и мифами Миэ

В расположенной вдали от столичных интриг, промышленных центров и шумных торговых портов расположилась **префектура Миэ**. Но кажущаяся провинциальность обманчива: здесь находится главный храм императорского двора Японии – Исэ-дзингу, именно тут же Микимото начал культивировать жемчуг, но при этом в Миэ до сих пор живы традиции ама – ныряльщиц за жемчугом, здесь же можно отведать самых крупных в Японии омаров – *Исэ-эби*.

Знакомство с местными специалитетами предлагаем начать на шумных улочках **Охараимати**, что ведут к храму Исэ. С тех пор, как паломники разрешили посещать этот храм, множество путешественников приходило сюда с самых дальних уголков страны. Чтобы утолить голод, жажду и снять усталость путников, рядом с храмом вырос целый городок из магазинов, ресторанов, постоянных дворов, и сейчас это прекрасное место для знакомства с местной кухней.

Затем вы переместитесь на юг префектуры **в гости к ныряльщицам за жемчугом**, чтобы отведать свежайших морепродуктов. В поисках жемчуга они научились нырять в большую глубину и проводить много времени под водой, что позволяет им собирать не только жемчужные раковины, но и другие вкуснейшие морепродукты. Пообщавшись с ныряльщицами, вы узнаете и о их жизни, и о морепродуктах этих морей, и о способах их приготовления. Переезд в отель, размещение, отдых.

Сезонные опции:

Танцевальный фестиваль, сохраняющий более чем тысячелетние традиции и создающий новые современное искусство.

День 11. Здесь зарождалось японское государство: Вакаяма

В префектуре Вакаяма есть скала, куда, согласно легендам, спустились боги, когда пришли заселять эти острова. Здесь вы найдёте множество мест силы, несколько больших паломнических троп, храмы Прошлого, Настоящего и Будущего, крупнейший буддийский храмовый комплекс, панды в зоопарке, а также живописнейшие берега Тихого океана, столь непохожие друг на друга.

Также Вакаяма стоит на первом месте в Японии по производству мандаринов, сливы умэ и хурмы, а ещё здесь проходит **аукцион тунца**. Вы увидите, как происходит разделка тунца, узнаете, что

ценится выше и почему, а также отведаете свежайшего тунца либо в ресторане, либо тут же на рынке.

Ещё один специалитет Вакаяма – это **умэбоси**, маринованные сливы, и вы узнаете об их разновидностях, особенностях и крайне полезных свойствах. Конечно же, с дегустацией. Завершится экскурсия знакомством с самым любимым японками диетическим блюдом **коньяку**. Переезд в отель, размещение, отдых.

Сезонные опции: в мае возможно посещение чайных плантаций, включая сбор чайного листа.

Опции для ценителей:

Мастер-класс по консервированию тунца или вяления сезонной рыбы. Посещение города, где первым в Японии стали делать соевый соус и где продолжают делать его по старинной технологии.

День 12. Жемчужина у моря Осака

Славный город Осака уже много столетий называют столицей гурманов. В силу особенностей климата на местных малочисленных полях произрастают преимущественно технические культуры, но именно поэтому Осака сделала ставку не на земледелие, а на торговлю, а кулинарные фантазии местных поваров не были сдержаны ничем. Словно в противовес высокой столичной кухни расположенного неподалёку Киото в Осака широко распространилась культура народных блюд. Здесь лучший стрит-фуд и множество креативных шеф-поваров.

Начнётся экскурсия с прогулки по знаменитой улице **Дотонбори**, столь непохожей на всё, что вы видели до этого в долгом путешествии. Здания украшены огромными скульптурами еды, много музыки, множество туристов и местных жителей – здесь очень легко потеряться. Именно поэтому здесь нужен проводник, что проведёт вас по узким улочкам и покажет самые интересные места и самые вкусные деликатесы.

От народной кухни мы переместимся к высокой – **тэппаньяки**. Это особый тип подачи еды, когда повар готовит еду прямо на столе перед гостями на огромной плите – **тэппан**. Сам процесс приготовления похож на шоу: все движения мастера отточены, ничего лишнего, а все необходимые инструменты и приспособления расположены максимально удобно, чтобы в нужный момент быть под рукой. Простота приготовления делает очень значимым и качество продуктов, поэтому перед началом приготовления их всегда покажут вам и расскажут, какие именно продукты были выбраны и почему. Переезд в отель, размещение, отдых.



Сезонные опции:

Танцевальный фестиваль, сохраняющий более чем тысячелетние традиции и создающий новые современное искусство.

День 13. Столица столиц Киото

Слово Киото состоит из 2 иероглифов, и оба имеют значение «столица», а вместе переводятся как «столица столиц». Будучи центром культурной жизни Японии в древности, а потом на протяжении многих столетий хранителем традиций этот город стал ещё и эталоном японской высокой кухни.

Начнём знакомство со столичными нравами в буддийском монастыре, где приглашаем принять участие в **чайной церемонии с монахом**.

Затем вас ждёт **мастер-класс по изготовлению традиционных сладостей**. А завершится кулинарное путешествие на квинтэссенции всех японских кулинарных традиций – кухне *кайсэки*. Вы сможете либо поучаствовать в мастер-классе по его приготовлению и изучить все тонкости, либо посетить ресторан кайсэки, получая пояснения мастера в процессе наслаждения едой, либо принять участие в трапезе в гейшами/майко, которые смогут рассказать и о подаваемых блюдах, и о застольном этикете. Возвращение в отель в Киото/Осака или переезд комфортабельным поездом-синкансен в Токио, размещение в отеле, отдых.

День 14. Трансфер в аэропорт, вылет домой, окончание программы.